به نام خداوند بخشنده مهربان

# آموزش تصویری نماز ۴ رکعتی

منبع: اپلیکیشن نماز برای کودکان

نماز ظهر چهار رکعته
١

قیام میکنیم

یعنی در حین نماز رو
به قبله می ایستیم

ابتدا نیت میکنیم
چهار رکعت نماز ظهر
میخوانم برای رضای
خدا
۴

تکبیرۂ الاحرام
۵

خدا بزرگ تر از آن است که وصف شود

در حالی که روبه قبله
ایستادیم دست هارو تا
دو طرف گوش ها بالا
میاریم و میگوییم

بعد از تکبیرةُ الاحرام
سوره حمد و سوره
توحید را میخونیم

به نام خدای بخشایندهٔ مهربان

ٱلۡحَمۡدُ لِلَّهِ رَبِّ ٱلۡعَٰلَمِينَ ٢

سپاس و ستایش خدای راست، پروردگار جهانیان

ٱلرَّحۡمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ ٣

آن بخشایندهٔ مهربان

مَٰلِكِ يَوۡمِ ٱلدِّينِ ٤

خداوند و فرمانروای روز پاداش

إِيَّاكَ نَعۡبُدُ وَإِيَّاكَ نَسۡتَعِينُ ٥

تو را می‌پرستیم و بس و از تو یاری می‌خواهیم و بس

ٱهۡدِنَا ٱلصِّرَٰطَ ٱلۡمُسۡتَقِيمَ ٦

ما را به راه راست راه بنمای

صِرَٰطَ ٱلَّذِينَ أَنۡعَمۡتَ عَلَيۡهِمۡ غَيۡرِ ٱلۡمَغۡضُوبِ عَلَيۡهِمۡ وَلَا ٱلضَّآلِّينَ ٧

راه کسانی که به آنان نعمت دادی-نیکویی کردی- نه راه خشم‌گرفتگان بر آنها و نه راه گمراهان

بِسْمِ اللّٰـهِ الرَّحْمَـٰنِ الرَّحِيمِ

به نام خداوند بخشنده مهربان

بعد از تکبیرةُ الاحرام
سوره حمد و سوره
توحید را میخونیم

بِسْمِ اللَّـهِ الرَّحْمَـٰنِ الرَّحِيمِ

به نام خداوند بخشنده مهربان

بِسۡمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحۡمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ

به نام خدای بخشایندهٔ مهربان

قُلۡ هُوَ ٱللَّهُ أَحَدٌ ١

بگو: حق این است که خدا یکتا و یگانه است

ٱللَّهُ ٱلصَّمَدُ ٢

خدا تنها بی‌نیازی است که نیازها بدو برند

لَمۡ يَلِدۡ وَلَمۡ يُولَدۡ ٣

نزاده و زاده نشده است

وَلَمۡ يَكُن لَّهُۥ كُفُوًا أَحَدُۢ ٤

و هیچ‌کس مر او را همتا و همانند نبوده و نباشد

بعد از تکبیرهٔ الاحرام
سوره حمد و سوره
توحید را میخونیم
اَللهُ اَکبَر
خدا بزرگ تر از آن است که وصف شود
۹

بعد از حمد و سوره به
رکوع میریم و میگیم
سُبحانَ رَبِّیَ العَظیمِ وَ بِحَمدِه
پاك و منزه است پروردگار بزرگ من و او را ستایش میکنم
١٠

بعد از رکوع اول کامل
می ایستیم و بعدش میگیم
سَمِعَ اللهُ لِمَن حَمِدَهُ
خداوند حمد بندگانش را می شنود
۱۱

به سجده میریم و میگیم
سُبحانَ رَبِّیَ الأعلی وَ بِحَمدِه
پاك و منزه است خداوند بلند مقام من و من او را ستایش میکنم
۱۲

از سجده بلند میشویم و
در حالت نشسته میگوییم
اَللهُ اَکبَر
خدا بزرگ تر از آن است که وصف شود
۱۳

به سجده میریم و میگیم
سُبحانَ رَبِّیَ الاَعلی وَ بِحَمدِه
پاك و منزه است خداوند بلند مقام من و من او را ستایش میکنم
۱۴

از سجده بلند میشویم و
در حالت نشسته میگوییم
اَللهُ اَکبَر
خدا بزرگ تر از آن است که وصف شود
۱۵

با قوت خدا بر میخیزم و می نشینم

در رکعت دوم هم مثل
رکعت اول سوره حمد و
توحید رو میخونیم

بِسۡمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحۡمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ ﴿١﴾

به نام خدای بخشایندهٔ مهربان

ٱلۡحَمۡدُ لِلَّهِ رَبِّ ٱلۡعَٰلَمِينَ ﴿٢﴾

سپاس و ستایش خدای راست، پروردگار جهانیان

ٱلرَّحۡمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ ﴿٣﴾

آن بخشایندهٔ مهربان

مَٰلِكِ يَوۡمِ ٱلدِّينِ ﴿٤﴾

خداوند و فرمانروای روز پاداش

إِيَّاكَ نَعۡبُدُ وَإِيَّاكَ نَسۡتَعِينُ ﴿٥﴾

تو را می‌پرستیم و بس و از تو یاری می‌خواهیم و بس

ٱهۡدِنَا ٱلصِّرَٰطَ ٱلۡمُسۡتَقِيمَ ﴿٦﴾

ما را به راه راست راه بنمای

صِرَٰطَ ٱلَّذِينَ أَنۡعَمۡتَ عَلَيۡهِمۡ غَيۡرِ ٱلۡمَغۡضُوبِ عَلَيۡهِمۡ وَلَا ٱلضَّآلِّينَ ﴿٧﴾

راه کسانی که به آنان نعمت دادی-نیکویی کردی- نه راه خشم‌گرفتگان بر آنها و نه راه گمراهان

بِسْمِ اللّـهِ الرَّحْمَـنِ الرَّحِيم

به نام خداوند بخشنده مهربان

در رکعت دوم هم مثل
رکعت اول سوره حمد و
توحید رو میخونیم

بِسۡمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحۡمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ

به نام خدای بخشایندهٔ مهربان

قُلۡ هُوَ ٱللَّهُ أَحَدٌ ﴿١﴾

بگو: حق این است که خدا یکتا و یگانه است

ٱللَّهُ ٱلصَّمَدُ ﴿٢﴾

خدا تنها بی‌نیازی است که نیازها بدو برند

لَمۡ يَلِدۡ وَلَمۡ يُولَدۡ ﴿٣﴾

نزاده و زاده نشده است

وَلَمۡ يَكُن لَّهُۥ كُفُوًا أَحَدُۢ ﴿٤﴾

و هیچ‌کس مر او را همتا و همانند نبوده و نباشد

بِسْمِ اللّٰـهِ الرَّحْمَـٰنِ الرَّحِيمِ

به نام خداوند بخشنده مهربان

در رکعت دوم هم مثل
رکعت اول سوره حمد و
توحید رو میخونیم

قنوت دست هارو به
حالت دعا بالا میاریم
و میگیم

قنوت دست هارو به
حالت دعا بالا میاریم
و میگیم

قنوت دست هارو به
حالت دعا بالا میاریم
و میگیم
وَجعَلنا مِن خَیرِ اَنصارِه وَ اَعوانِه
و ما را از بهترین یاران و پیروان ایشان قرار بده

قنوت دست هارو به
حالت دعا بالا میاریم
و میگیم

اَللهُمَّ اجعَل عَواقِبَ اُمورِنا خَیراً

خدایا عاقبت ما را ختم بخیر بگردان

قنوت دست هارو به
حالت دعا بالا میاریم
و میگیم
اَللهُ اَکبَر
خدا بزرگ تر از آن است که وصف شود
۲۴

بعداز قنوت به رکوع
میریم و میگیم
سُبحانَ رَبِّیَ العَظیمِ وَ بِحَمدِه
پاك و منزه است پروردگار بزرگ من و او را ستایش میکنم
۲۵

بعد از رکوع اول کامل
می ایستیم و بعدش میگیم
سَمِعَ اللهُ لِمَن حَمِدَهُ
خداوند حمد بندگانش را می شنود

به سجده میریم و میگیم
سُبحانَ رَبِّیَ الاَعلی وَ بِحَمدِه
پاك و منزه است خداوند بلند مقام من و من او را ستایش میکنم
۲۷

از سجده بلند میشویم و
در حالت نشسته میگوییم
اَللهُ اَکبَر
خدا بزرگ تر از آن است که وصف شود
۲۸

به سجده میریم و میگیم
سُبحانَ رَبِّیَ الاَعلی وَ بِحَمدِه
پاك و منزه است خداوند بلند مقام من و من او را ستایش میکنم
۲۹

از سجده بلند شده و
میشینیم و برای تشهد
میگیم
اَلْحَمْدُ لله
ستایش مخصوص خداست
۳۰

از سجده بلند شده و
میشینیم و برای تشهد
میگیم

اَشهَدُ اَنْ لاَ اِلهَ اِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَ شَریکَ لَهُ

شریک ندارد

شهادت می‌دهم که معبودی سزاوار پرستش نیست مگر خدایی که یگانه است و

از سجده بلند شده و
میشینیم و برای تشهد
میگیم

وَ اَشْهَدُ اَنَّ مُحَمَّداً عَبْدُهُ وَ رَسُولُهُ

شهادت می‌دهم که محمد(ص) بنده خدا و فرستاده او است

از سجده بلند شده و
میشینیم و برای تشهد
میگیم

سلام و درود خداوند بر محمد و خاندان پاک آن حضرت

برای ایستادن میگیم
بِحَولِ الله و قُوَّتِهِ اَقُوم و اَقعُد
با قوت خدا بر میخیزم و می نشینم
۳۴

ذکر تسبیحات اربعه
که سه مرتبه میخونیم

وَلااِلهَ اِلاّ اللهُ وَاللهُ اَکْبَر

و معبودی جز او نیست و خداوند بزرگتر از آن است که در وصف آید

به رکوع میرویم و میگیم
سُبحانَ رَبِّیَ العَظیمِ وَ بِحَمدِه
پاك و منزه است پروردگار بزرگ من و او را ستایش میکنم

بعد از رکوع اول کامل
می ایستیم و بعدش میگیم
سَمِعَ اللهُ لِمَن حَمِدَهُ
خداوند حمد بندگانش را می شنود

به سجده میریم و میگیم
سُبحانَ رَبّیَ الاَعلی وَ بِحَمدِه
پاك و منزه است خداوند بلند مقام من و من او را ستایش میکنم
۳۸

از سجده بلند میشویم و
در حالت نشسته میگوییم
اَللهُ اَکبَر
خدا بزرگ تر از آن است که وصف شود
۳۹

به سجده میریم و میگیم
سُبحانَ رَبّیَ الاَعلی وَ بِحَمدِه
پاك و منزه است خداوند بلند مقام من و من او را ستایش میکنم
۴۰

از سجده بلند میشویم و
در حالت نشسته میگوییم
اَللهُ اَکبَر
خدا بزرگ تر از آن است که وصف شود
۴۱

برای ایستادن میگیم
بِحَولِ الله و قُوَّتِهِ اَقُوم و اَقعُد
با قوت خدا بر میخیزم و می نشینم
۴۲

ذکر تسبیحات اربعه
که سه مرتبه میخونیم

وَلااِلهَ اِلاّ اللهُ وَاللهُ اَکْبَر

و معبودی جز او نیست و خداوند بزرگتر از آن است که در وصف آید

به رکوع میرویم و میگیم
سُبحانَ رَبِّیَ العَظیمِ وَ بِحَمدِه
پاك و منزه است پروردگار بزرگ من و او را ستایش میکنم

بعد از رکوع اول کامل
می ایستیم و بعدش میگیم

سَمِعَ اللهُ لِمَن حَمِدَهُ

خداوند حمد بندگانش را می شنود

به سجده میریم و میگیم
سُبحانَ رَبّیَ الأعلی وَ بِحَمدِه
پاك و منزه است خداوند بلند مقام من و من او را ستایش میکنم
۴۶

از سجده بلند میشویم و
در حالت نشسته میگوییم
اَللهُ اَکبَر
خدا بزرگ تر از آن است که وصف شود

به سجده میریم و میگیم
سُبحانَ رَبّیَ الاَعلی وَ بِحَمدِه
پاك و منزه است خداوند بلند مقام من و من او را ستایش میکنم
۴۸

از سجده بلند شده و
میشینیم و برای تشهد
میگیم
اَلْحَمْدُ لله
ستایش مخصوص خداست
۴۹

از سجده بلند شده و
میشینیم و برای تشهد
میگیم

اَشهَدُ اَنْ لاَ اِلهَ اِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَ شَریکَ لَهُ

شریک ندارد

شهادت می‌دهم که معبودی سزاوار پرستش نیست مگر خدایی که یگانه است و

شهادت می‌دهم که محمد(ص) بنده خدا و فرستاده او است

از سجده بلند شده و
میشینیم و برای تشهد
میگیم

از سجده بلند شده و
میشینیم و برای تشهد
میگیم

در سلام نماز یعنی بعد
از تشهد میخونیم

در سلام نماز یعنی بعد
از تشهد میخونیم

اَلسَّلامُ عَلَیْنا وَعَلی عِبادِاللهِ الصّالِحین

سلام بر ما وبر تمام بندگان صالح خدا

سلام بر شما ای جمعیت نمازگزاران و رحمت و برکات او بر شما باد

بعد از اتمام سلام نماز
سه مرتبه میگیم
اَللهُ اَکبَر
خدا بزرگ تر از آن است که وصف شود

بعد از اتمام سلام نماز
سه مرتبه میگیم
اَللهُ اَکبَر
خدا بزرگ تر از آن است که وصف شود
۵۷

گفتن تسبیحات حضرت زهرا
سلام الله علیها بعداز
نماز خیلی ثواب داره
و ارزش نمازمون را
چندین برابر میکنه

یعنی بعد از نماز در
همان حالت رو به قبله
بشینیم و سی و چهار
مرتبه بگیم

و سی و سه مرتبه بگیم
اَلْحَمْدُ لله
ستایش مخصوص خداست

و سی و سه مرتبه بگیم
سُبْحانَ الله
پاك و منزه است خدا

# لطفا توجه کنید:

قَالَ رَسُولُ اَللَّهِ صَلَّى اَللَّهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ : يَا عَلِيُّ لَوْ أَنَّ عَبْداً عَبَدَ اَللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ مِثْلَ مَا أَقَامَ نُوحٌ فِي قَوْمِهِ وَ كَانَ لَهُ مِثْلُ جَبَلِ أُحُدٍ ذَهَبٌ فَأَنْفَقَهُ فِي سَبِيلِ اَللَّهِ وَ مُدَّ فِي عُمُرِهِ حَتَّى حَجَّ أَلْفَ عَامٍ عَلَى قَدَمَيْهِ ثُمَّ قُتِلَ بَيْنَ اَلصَّفَا وَ اَلْمَرْوَةِ مَظْلُوماً ثُمَّ لَمْ يُوَالِكَ يَا عَلِيُّ لَمْ يَشَمَّ رَائِحَةَ اَلْجَنَّةِ وَ لَمْ يَدْخُلْهَا.

پیامبر بزرگوار اسلام صلی الله علیه و آله می‌فرمایند: یا علی اگر بنده‌ای به مقدار عمر نوح خدا را عبادت کند و به اندازه کوه احد طلا داشته باشد و در راه خدا انفاق کند و چنان زندگی طولانی به او بدهند که هزار سال پیاده به حج رود و بعد هم بین صفا و مروه مظلوم کشته گردد، ولی تو را دوست نداشته باشد یا علی بوی بهشت به مشامش نمی‌رسد و داخل آن نمی‌گردد.

بحار الأنوار، ج۲۷، ص۱۹۴؛ کشف الیقین، ج۱، ص۲۲۶؛ إرشاد القلوب، ج۲، ص۲۲۹؛ کشف الغمة، ج۱، ص۱۰۲؛ المناقب، ج۳، ص۱۹۸.

خدایا بر محمد و اهل بیت اش درود فرست

و گشایش کارشان را نزدیک گردان